2

Enciclopedia de PLANTAS QUE CURAN

A 8500



Enciclopedia de

PLANTAS QUE CURAN

FASCICULO 2 Año 1990

Director Responsable
Lic. Danilo M. Conseil
Director Editorial
Inés C. González López

Diagramación
Tito Fiori

Armado
Marcelo Villegas
Dario Shinji

Dibujos
Jorge Mercado

Fotografía
Eduardo Lettieri

Es una publicación de


Córdoba 1364 5 D
Capital Federal

Distribuidora en Capital Federal
Juan Vidal e Hijos
Carlos Pellegrini 739 1° 4

Distribuidor en Interior
SADYE S.A.
Av. Belgrano 355 9° y 10° Piso
T.E. 30-5847-1536-1537
Capital Federal

Impreso en Talleres Gráficos
RECALI S.A.
Perdriel 1534 - Capital
MAYO 1990

SUMARIO

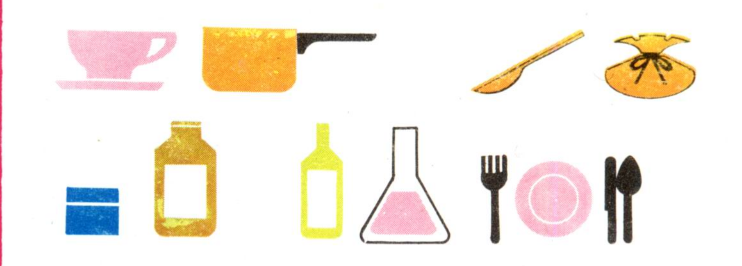
Esta publicación solamente aspira a informarlo de las propiedades curativas de algunas plantas conocidas en nuestro país. No es un manual para automedicarse ni pretende reemplazar la labor de un facultativo. Consulte a su médico, solamente él puede ser quien decida y supervise un tratamiento prolongado.

Enciclopedia de PLANTAS QUE CURAN en una obra compuesta de 30 fascículos de aparición semanal que se encuadernarán en dos volúmenes de 15 fascículos cada uno.

Partes de la planta utilizadas



Formas de consumo



ALBAHACA



Nombre científico:
Ocimum Basilicum
Familia:
Labiadas
Otros nombres:
Basílico

Planta anual, con tallos ramosos y velludos, de unos 30 centímetros de altura. Hojas oblongas, muy verdes y lampiñas. Flores blancas con una leve tonalidad purpúrea. Por su intenso olor y sabor aromático es muy cultivada en jardines, para su uso culinario.

La infusión de jojas de albahaca es diurética, digestiva y reguladora menstrual. Se prepara a razón de 1 litro de agua y 150 gramos de hojas de albahaca. Dosis recomendada: cuatro tacitas diarias, caliente o fría.

En caso de resfriados se aconseja un cocimiento de hojas de albahaca en vino blanco fino. La proporción es 10 gramos de hojas frescas en medio litro de vino blanco. Se recomienda beber bien caliente.

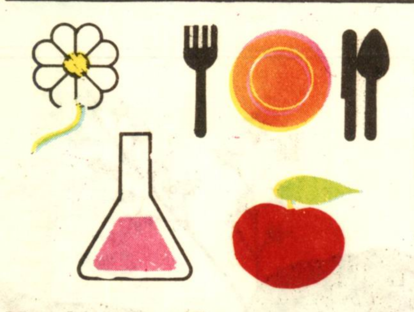
Para el dolor de oídos, una receta clásica es introducir un brote de albahaca en el oído. Otras recetas, igualmente efectivas, pueden ser mojar dicho brote previamente en leche o extraer el zumo, empapar con el un trozo de algodón e introducirlo en el oído.

Para estreñimientos se recomienda un cocimiento de 250 c.c. de aceite de oliva, 250 c.c. de vino blanco y 20 gramos de hojas de albahaca fresca. Se hierve durante tres minutos, se deja enfriar, se filtra y se guarda en frascos herméticos de color oscuro. Dosis recomendada: cuatro cucharadas diarias.





ALCACHOFA



Nombre científico:
Cynara Scolymus
Familia:
Compuestas
Otros nombres:
Alcaucil, Alcacil

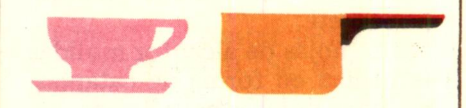
Planta de raíz fusiforme, tallo estriado y ramoso. Alcanza más de medio metro de altura. Hojas algo espinosas. Cabezuela (inflorecencia) comestible.

La alcachofa tiene propiedades digestivas, diuréticas, es aconsejable en afecciones hepáticas y reumáticas.

El agua donde se cocina la alcachofa puede ser utilizada para hacer sopas o caldos, por el alto contenido de hierro que posee. Es apropiada para niños en etapa de crecimiento, o personas débiles, anémicas y raquíticas.

Media alcachofa hervida en un litro de agua da un excelente té apto para afecciones hepáticas. La dosis recomendada es de tres a cuatro tazas diarias. En esta proporción, es también un buen digestivo y diurético.

Como alimento, la forma más común de ser consumida, es un eficaz tonificante hepático y disolvente del ácido úrico, razón por la cual es indicado en los casos de reumatismo, gota, cálculos renales, etc.



TINTURA DE ALCACHOFA

Alcohol de 60º.........2000 c.c.
Hojas de alcachofas...60 gr.

Dosis recomendada: 1 cucharadita disuelta en medio vaso de agua tibia cada cuatro horas. Sus propiedades son similares a las del té arriba mencionado. En caso de afecciones hepáticas, se le puede dar un hervor a esta tintura, previo a su uso.

ALCANFOR



Nombre científico:
Laurus Camphora
Familia:
Lauráceas

Este árbol alcanza hasta los 20 metros de altura, de madera muy compacta, hojas persistentes coreáceas. Flores pequeñas y blancas, frutos, bayas negras del tamaño de una arveja. De sus ramas y raíces se extrae por destilación el alcanfor.

El alcanfor es un buen calmante para los nervios, efectivo también contra el reumatismo, gota y fiebres.

En dosisterapeútica: 0,50 centígramos en un vaso de agua es un agente sedativo del sistema nervioso. También en caso de fiebres eruptivas intermitentes; contra dolores neurálgicos, jaquecas y dolores de muela, así mismo en caso de reumatismo y gota.

En uso externo, se lo utiliza en forma de aceite alcanforado, éter alcanforado, alcohol alcanforado y pomada alcanforada. Bajo estas formas es usado en caso de torceduras, golpes, y sus neuralgias consecuentes, contusiones, etc.

Las hojas de alcanfor molidas se utiliza en forma de cataplasma para dolores neurálgicos, cefaleas, dolores de muela, y dolores de gota y reuma.

El alcanfor es sumamente volátil, sus vapores son letales para los insectos pequeños. Una vieja costumbre que vale la pena continuar, consiste en colocar trozos de alcanfor en baules, maletas, armarios, etc. donde se guarde ropa. Esto la mantiene a salvo de polillas, a la par que la perfuma y desinfecta.

Para lociones o compresas se aconseja el agua sedativa de Raspail.

ALCOHOL ALCANFORADO

Alcanfor desmenuzado...200 gr.
Alcohol de 90º...............800 gr.

Se procede como en el caso anterior.

ETER ALCANFORADO

Alcanfor desmenuzado...200 gr.
Eter sulfúrico................. 400gr.

Se procede como en las fórmulas anteriores.

POMADA ALCANFORADA

Cera de abejas.............. 20 gr.
Grasa sin sal................. 180gr.
Alcanfor en polvo......... 60 gr.

Para reducir el alcanfor a polvo impalpable, se lo muele en un mortero. Se derrite la grasa y la cera a bañomaría, se le agrega el alcanfor en polvo, agitando el recipiente hasta que los ingredientes se mezclen en forma homogénea.

AGUA SEDATIVA DE RASPAIL

Alcanfor............... 4 gr.
Sal marina........... 40 gr.
Agua destilada...... 1800 c.c.
Amoníaco líquido. 300 c.c.

Se colocan los ingredientes en un recimpiente de tapa hermética y color oscuro y se agita hasta que se obtiene un líquido homogéneo. Se perfuma con una gota de esencia de rosas y otra de su agrado.

ACEITE ALCANFORADO

Aceite de oliva o de almendras dulces.......... 800 gr.
Alcanfor desmenuzado....100 gr.

Se toma un frasco de tapa hermética, se coloca los ingredientes, y se deja la preparación un par de semanas hasta que los ingredientes se mezclen.



ALCARAVEA
(ver COMINO)

ALERCE



Nombre científico:
Laris Europea
Familia:
Abietáceas

Arbol de tronco derecho y delgado, ramas abiertas, y hojas blandas de color verde claro. El fruto es una piña parecida a la del pino, pero de tamaño menor.

Las yemas o botones de alerce son diuréticas, estimulantes, y son especialmente recomendadas en caso de afecciones bronquiales y catarrales. Para tal fin se prepara una infusión de 20 a 30 gramos de yemas por litro de agua, y se toman 4 tazas por día. También se puede utilizar en forma externa para lavar úlceras y heridas.

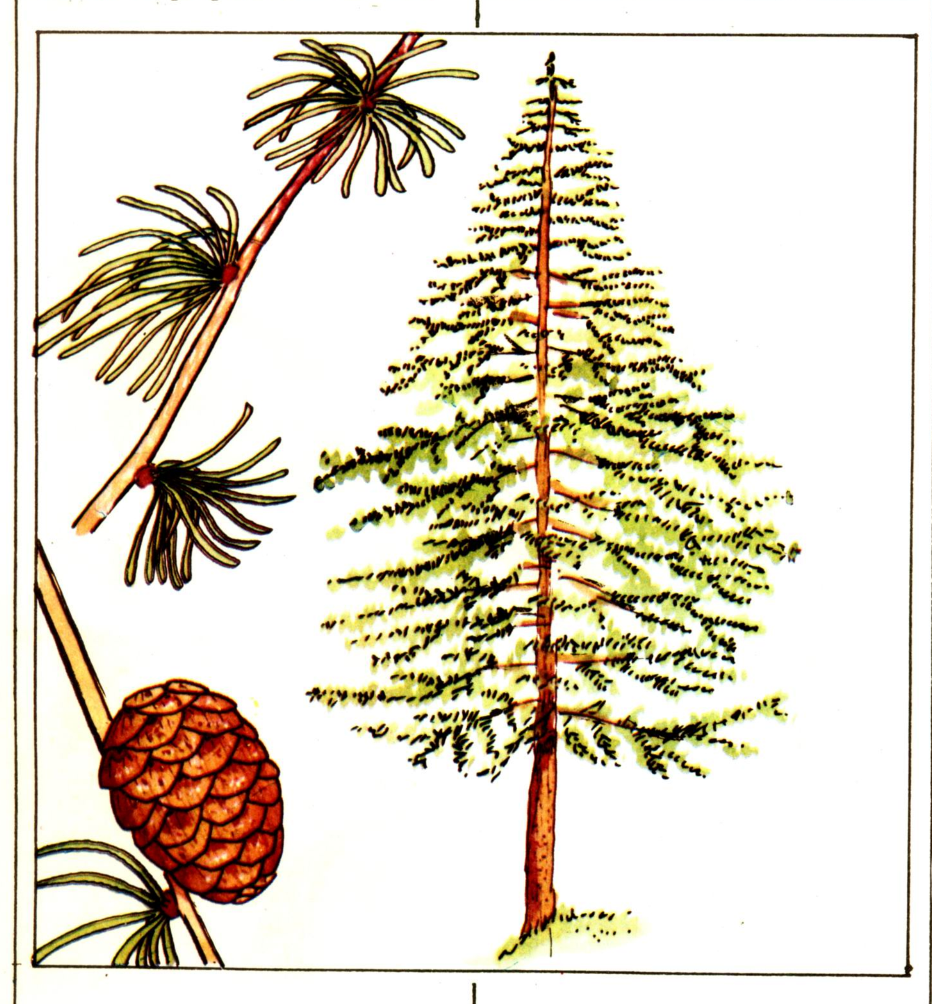
Contra el reumatismo se aconseja los baños de vapor con recina de alerce o también la pomada conocida como grasa de alerce o grasa de pino.

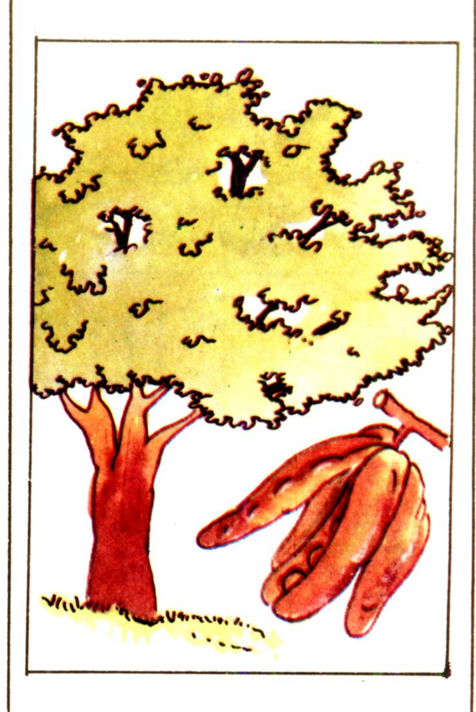
GRASA DE ALERCE (O DE PINO)

Yemas de alerce (o abeto o pino)................. 150 gr.
Grasa de cerdo.... 500 gr.

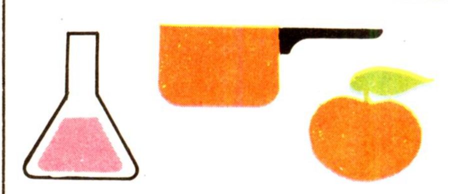
Se derrite la grasa a bañomaría y se le agregan las yemas picadas; se mezcla y se deja a bañomaría durante 3 a 4 horas.

Se cuela a través de una muselina limpia y se guarda en potes herméticos. Esta pomada también es útil para heridas golpes, llagas, etc.





ALGARROBO



Nombre científico:
Ceratonia Siliqus
Familia:
Papileonáceas

Este árbol alcanza una altura de 8 a 10 metros. De hojas pequeñas y flores blancas; el fruto es una vaina azucarada y comestible, de unos 10 centímetros de largo y de color castaño por fuera y amarillento por dentro.

La fruta tostada se emplea en cocimientos contra enfermedades bronqueales. Se se reduce a polvo y se quema, su humo alivia los accesos de asma.

El extracto de corteza de algarrobo, bajo la forma de tintura, es un eficaz antidiarreico.

TINTURA DE ALGARROBO

Alcohol de 70º..........200 c.c.
Corteza de algarrobo..40 gr.

Dosis aconsejada: 3 cucharaditas al día disueltas en medio vaso de agua tibia.

ALHUCEMA o ESPLIEGO
(ver LAVANDA)

ALTAMISA



Nombre científico:
Ambrosía Artemisiasfolia
Familia:
Compuestas
Otros nombres:
Ajenjo del campo

Planta de tallo herbáceo y empinado que alcanza un metro y medio de altura. Hojas en gajos y hendidas, lampiñas y de color verde en el haz y blanquecino en el envés. Flores verdes y amarillas. En nuestro país esta especie está muy difundida.

El vermífugo, tónico estomacal, antifebril y un buen regulador menstrual. Para estos fines se puede tomar en una infusión a razón de 20 gr. por litro de agua, dos o tres tazas por día.

La tintura de altamisa es un eficaz vermífugo y aperitivo.

TINTURA DE ALTAMISA

Alcohol de 60º.......... 200 c.c.
Hojas de Altamisa...... 40 gr.

Como vermífugo, se aconseja una cucharada en ayunas y otra al acostarse, para adultos; en caso de niños, reducir la dosis a la mitad. Como aperitivo, se mezclan 200 c.c. de tintura en litro y medio de vino blanco seco. Se aconseja beber una copita antes de cada comida.

También se puede preparar un vino de altamisa con la siguiente receta:

VINO DE ALTAMISA

Vino blanco seco......1500 c.c.
Hojas y tallos tiernos
de altamisa.............. 150 gr.

Se deja en maceración durante dos semanas; se cuela y se guarda en una botella de tapa hermética. Una copa antes de cada comida actúa como aperitivo y como regulador menstrual.

ALTEA
(ver MALVAVISCO)

AMAPOLA

Nombre científico:
Papaver Rhoeas
Familia:
Papaveráceas

Planta anual de raíz delgada y fibrosa, flores rojas y grandes sostenidas por largos pedúnculos. La corola tiene solo cuatro pétalos, a veces manchado de negro en las uñas. Se cultiva en jardines como planta de adorno, pero también crece en los sembrados de trigo, al lado de las vias de ferrocarril o en los terraplenes.

Se usan los pétalos en una infusión de acuerdo a las siguientes proporciones: medio litro de agua y tres gramos de flores secas o seis de flores frescas. Se endulza con miel y se toma una taza bien caliente cuatro veces por día, o cada media hora para efectos más enérgicos. Esta infusión es antifebríguga, expectorante, y tranquilizante; se utiliza para catarros pulmonares, tos convulsa y anginas. También calma irritaciones intestinales.

También con fines calmantes se puede hacer una infusión de hojas de amapola a razón de 10 gramos de hojas por litro de agua. Se deja enfriar y se endulza con miel.

Si hacemos una infusión de semillas secas o frescas, en la misma proporción de la infusión de pétalos, se obtiene un té de efectos somníferos más pronunciados.

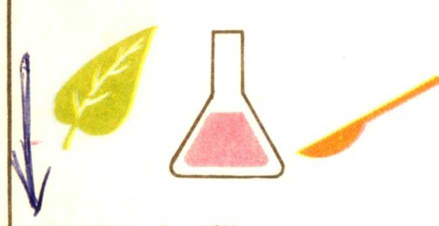




AMARGON

(ver DIENTE DE LEON)

AMBAY



Nombre científico:
Cecropia Adenopus
Familia:
Moráceas
Otros nombres:
Palo de lija, Ambahu, Umbauba, Amaíba

Este árbol se desarrolla en la zona noreste de nuestro país y alcanza hasta 10 metros de altura. Son usadas las hojas que tienen 40 centímetros de largo y hasta 50 centímetros de ancho. Sus propiedades medicinales son conocidas desde tiempos inmemoriales por los nativos de la zona y ya son mencionadas por los primeros colonizadores e historiadores españoles.

Su uso da excelentes resultados en enfermedades broncopulmonares: bronquiales crónicas, resfríos, asma, o cualquier otra complicación de vias respiratorias. También tiene propiedades cardio tónicas, y se puede usar tranquilamente, ya que no posee contraindicaciones. Regulariza los latidos del corazón y es indicado en los casos de ahogos, disneas, palpitaciones de origen nervioso, etc.

Se prepara en forma de té, a razón de 20 gramos de hojas picadas en un litro de agua hirviendo, y se deja por un lapso de 10 minutos. Se cuela, endulza con miel, y se aconseja beber de tres a cinco tazas diarias, la primera en ayunas, y las siguientes antes de las comidas. Si se desea, puede prepararse esta infusión con leche caliente.

TINTURA DE AMBAY

Alcohol de 70º......... 200 c.c.
Hojas de Ambay........ 30 gr.

Dosis: una cucharadita en un vaso de agua tibia, o en la infusión de su preferencia, cuatro veces al día.

JARABE DE AMBAY

Hoja de Ambay........... 200 gr.
Agua.......................... 2 litros.

Se hace hervir hasta que se reduce a la mitad. Se cuela, se le agrega 750 gr. de azúcar, y se le da un golpe de hervor. Este jarabe tiene los mismos efectos de la infusión y de la tintura, y se suministra a los niños poco afectos a tomar té o cocimientos.

ANACAHUITA



Nombre científico:
Blepharocalyx Giganteus Lillo
Familia:
Mistáceas
Otros nombres:
Horco molle, Guayabo, Lapachillo, Multa

Este árbol alcanza hasta los 6 metros de altura. De tronco torcido y ramoso, hojas elípticas, ásperas, gruesas y punteagudas; flores blancas y perfumadas. Con excepción de la zona fría del sur, está ampliamente difundido en nuestro país.

Usado en forma de té o cocimiento tiene gran valor curativo en efermedades broncopulmonares; es experctorante, y calmante de la tos; despeja las vias respiratorias.

El té se prepara como una infusión a razón de 2 gramos de hojas en 100 c.c. de agua. También puede prepararse un cocimiento de leños, o leños y hojas, en la misma proporción indicada para el té. El período de hervor debe ser de 10 minutos.

Se aconseja beber cuatro tazas al día, siempre bien caliente, endulzadas con miel.



TINTURA DE ANACAHUITA

Alcohol de 70º........... 200 c.c.
Anacahuita (hojas)....... 30 gr.

Dosis: Adultos, 4 cucharadas al día, disueltas en agua tibia azucarada o la infusión de su preferencia. Para niños reducir la dosis a cuatro cucharaditas.

ANCIANO

(ver AZULEJO)

ANGELICA



Nombre científico:
Angelica Archangelica
Familia:
Umbelíferas
Otros nombres:
Yerba del Espíritu Santo, Angélica de los campos

Esta planta de tallo derecho y estriado, hueco y ramoso, alcanza hasta un metro de altura. Hojas grandes flores de color blanco verdoso o blanco rojizo. La raíz es gruesa, de forma ahusada y muy ramificada, es la parte más usada de la planta.

Una característica de la angélica es su olor aromático, acre y algo amargo, y agradable que le es característico.

Esta planta es muy usada en caso de digestiones lentas, acidez, flatulencias, y trastornos

gástricos en general, así mismo fortifica el estómago. También es indicada como regularizador de problemas menstruales (emenagogo).

Se emplea haciendo cocimiento de 15 a 30 gramos de raíz por litro de agua; dosis recomendada: una taza bien caliente, endulzada con miel, después de cada comida.

Un té de Angélica y Cola de Caballo es un buen calmante y un eficaz remedio para las cefalalgias y diarreas de origen nervioso.



TINTURA DE ANGELICA

Alcohol de 60º....... 200 c.c.
Angélica (raíz)........ 40 gr.

Tomar dos copas pequeñas al día, diluídas en un vaso grande de agua.

VINO DE ANGELICA

Vino blanco licoroso..... 700
Tintura de Angélica....... 300

La dosis es de una copa antes de las comidas. Es un buen aperitivo y tónico estomacal.

ANIS



Nombre científico.
Pimpinella Anisum
Familia:
Umbelíferas
Otros nombres:
Anís en grano, Anís verde

Planta anual, tallo ramoso, hojas acorazonado-redondeadas. lobuladas. Florece en verano, con flores pequeñas y blancas. Las semillas, la parte usada de la planta con fines medicinales, son de forma aovada, menudas, de color verdoso, profundamente aromáticas y de un sabor agradable que le son característicos.

La infusión de granos de anís a razón de 15 gramos por litro de agua actúa como aperitivo, digestivo, tónico estomacal, ayuda a eliminar gases acumulados en el tubo digestivo (carminativo) y flatulencias. También es un calmante de dolores menstruales y cólicos intestinales. Dosis recomendada: cuatro tazas al día.

LICOR DE ANIS

Aguardiente de calidad..1000cc.
Canela...........................1 gr.
Azúcar..........................300 gr.
(esta proporción de azúcar puede variar de acuerdo a su paladar)
Semilla de Anís machacadas................................40 gr.

Se deja macerar durante un mes, se filtra por una muselina limpia y se guarda en frasco de tapa hermética. Se aconseja una copa antes de las comidas. ACtiva la digestión y facilita la expulsión de gases. Si se desea, se puede usar anís estrellado, mejor que el común; se deja en este caso, en maceración envuelto en una bolsa de gasa.

TINTURA DE ANIS

Alcohol de 60º..........200 c.c.
Semilla de anís...........40 gr.

Dosis recomendada: una cucharadita diluída en agua tibia o la infusión de su agrado.

ANSERINA



Nombre científico:
Potentilla anserina
Familia:
Rosáceas
Otros nombres:
Argentina

El nombre de esta planta deriva del latín anser, oca. Desde la antigüedad se ha observado la preferencia de esta ave por la anserina.

Planta herbácea perenne que alcanza hasta 50 cm. de altura provista de un corto rizoma y tallos rastreros. Hojas compuestas con folíolos ovales dentados y de color verde intenso. Sello inconfundible de la anserina son sus flores de cinco pétalos y de un color amarillo oro. Abunda en los terrenos no cultivados, caminos y zanjas.

El té de argentina se usa en casos de diarreas crónicas y hemorragias. También es un remedio eficaz en casos de histerismo o convulsiones nerviosas. Las proporciones recomendadas son: 30 gr. de hojas frescas por litro de agua. Se aconseja beber de dos a cuatro tazas diarias.

En lugar de hojas puede emplearse la raíz, en ese caso hay que hervirlas durante media hora. Las proporciones del cocimiento de raíz y las dosis son igual que en el caso del té.

En casos de hematomas, machucones o heridas contusas se recomienda una cataplasma de hojas o raíz de argentina hervidas en leche. Se coloca, tibia, sobre la zona afectada.





APIO



Nombre científico:
Apium Graveolens L
Familia:
Umbelíferas
Otros nombres:
Apio dulce, Apio común

Esta planta alcanza hasta sesenta centímetros de altura. Tallo muy ramoso, carnoso, hueco, lampiño y con profundas estrías. Hojas largas y hendidas. Flores muy pequeñas y blancas.

El apio tiene una acción eficaz en enfermedades de hígado y riñones (tiene acción diurética) y como aperitivo.

El apio se puede consumir crudo, en ensaladas, o cocido, en sopas y guisos. También se puede usar en forma de cocimiento a razón de 30 a 40 gramos de apio por litro de agua. Dosis recomendada tres o cuatro tazas al día. La parte usada es el tallo en la parte mas carnosa.

También se puede consumir en forma de jarabe. La receta es muy sencilla. Se pican a cuchillo unos 100 gramos de apio y se machacan en un mortero. Se le agrega medio litro de agua caliente a esta pulpa y se deja reposar media hora (si se desea, se puede mantener la mezcla a temperatura constante manteniéndola caliente a baño maría). Se filtra el líquido pasándolo primero por un tamiz y luego por una muselina.

Se le agrega azúcar a gusto y se guarda en un frasco oscuro de tapa hermética. Se toman dos cucharadas grandes tres veces al día.

Otra forma de consumirlo es bajo la forma de tintura.

TINTURA DE APIO

Alcohol de 60º...........200 c.c.
Apio común................70 gr.

La dosis recomendada una cucharada de tintura tres veces al día, disuelta en agua tibia con miel o en la infusión de su preferencia.

Las hojas de apio, hervidas en leche se emplean en casos de asma, catarros pulmonares y afonías.

APYTEREBY
(ver PETERIBY)

AQUILEÑA
(ver CAMPANILLA)

ARAZA



Nombre científico:
Psidium guayaba
Familia:
Mirtáceas
Otros nombres:
Arazássaiyú, Arazá pyita, Guayabo

Esta planta crece abundantemente en nuestro litoral. Sus hojas son muy usadas por sus propiedades curativas en enfermedades gastrointestinales.

En casos de colitis crónicas o agudas, se recomienda un cocimiento de hojas de arazá a razón de 20 gramos por litro de agua. Dosis recomendada, 4 tazas diarias. En dosis menores es usado como digestivo. A tal fin mucha gente acostumbra a poner una pizca de hojas de araza en el mate.

El mismo cocimiento puede usar en lavajes para caso de enfermedades venéreas o inflamación en los órganos genitales.

ARNICA



Nombre científico:
Arnica montana L
Familia:
Compuestas

Planta de 20 a 30 cem. de altura. Tallo hueco, velloso y áspero. Raíz perenne. Las hojas son de forma elíptica, ásperas

por encima y lampiñas en el envés. Flores, de un color amarillo anaranjado. La raíz y las flores tienen un sabor acre y aromático y un olor fuerte y penetrante que hace estornudar. Esta propiedad ya había sido notada en la antigüedad por los griegos y su nombre actual deriva de la palabra *ptarmikós*, que significa estornudar.

Su uso doméstico más frecuente es en caso de traumatismos leves, contusiones y hematomas en general. La forma más común de aplicación es bajo la forma de tintura.

Para uso interno se usan las hojas y las flores. Un té de hojas a razón de 3 gramos por litro de agua, se usa en caso de afecciones hepáticas, retención de orina y sudorífico. Dosis recomendadas 3 tazas diarias.

TINTURA DE ARNICA

Alcohol de 90º...........300 c.c.
Agua..........................100 c.c.
Flores......................... 20 gr.
Raíces......................... 20gr.

En caso de contusiones, se embebe un alcohol y se aplica sobre la zona afectada. Diez gotas de tintura en un vaso de agua tibia, son un excelente gargarismo para curar heridas y lastimaduras de boca y lengua y para desinfectar dientes cariados.

AROMO




Nombre científico:
Vachelia farnesiana
Familia:
Mimosáceas
Otros nombres:
Aroma olorosa, Mimosa de Farnesio.

Especie de acacia que, en zonas cálidas, puede llegar hasta los 15 metros de altura. Ramas espinosas, hojas comuestas y frutos en forma de vainas.

La parte usada con fines terapéuticos son las flores que tienen propiedades digestivas y dan excelente resultado en caso de flatulencias. Se consume en forma de té. La proporción es un manojo de flores en un litro de agua caliente, se endulza con azúcar o miel y se beben varias tazas al día. Se aconseja beberlo caliente.

ARRAYAN



Nombre científico.
Myrtus Communis
Familia:
Mirtáceas
Otros Nombres:
Ñanga Piry, Mirto, Güili

Es un arbusto de corteza rojiza al principio y después, abierta y grisácea; hojas ovales y puntiagudas, sésiles (sin pecíolo), o provistas de pecíolo muy corto; de color verde oscuro en el haz y más claro en el envés, de consistencia cortácea. Da flores de cinco pétalos de color blanco. El fruto es una baya globulosa de color verdinegro.

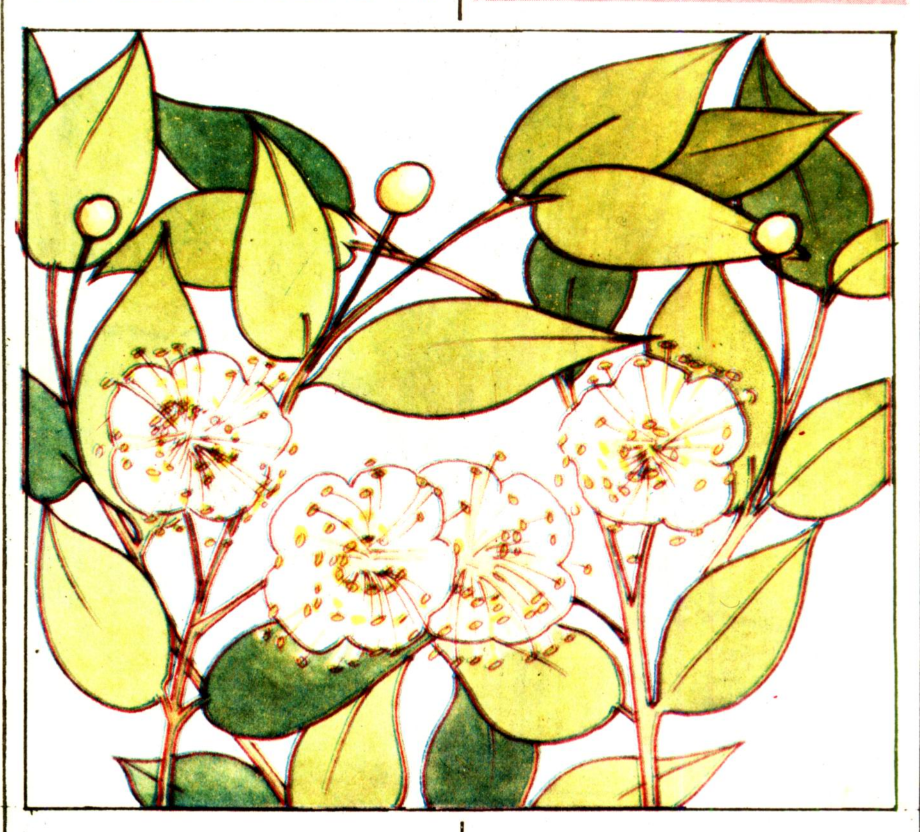
Se emplean las hojas y los frutos con fines medicinales. Tiene propiedades depurativas, diuréticas, sudoríferas y, de modo más amplio, tónico y estimulante del organismo. A veces suele dar resultados como regulador menstrual (emenagogo).

La forma aconsejada de consumo es como té. La infusión se puede preparar con hojas, frutos y tallos tiernos (mezclados o no), en una proporción de 20 gramos por litro de agua. Dosis aconsejada: dos o tres tazas por día. Si se aumenta la infusión a 30 gramos por litro se usa como medicamento para las parasitosis. Dosis recomendada: 3 tazas por día.

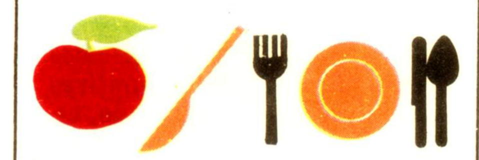
TINTURA DE ARRAYAN

Alcohol de 60º........ 2000 cc
Arrayán.................... 40 gr.

Se utiliza en lugar de las infusiones anteriormente mencionadas, a razón de una cucharadita en un vaso de agua tibia, tres o más veces por día, de acuerdo al tipo de desarreglo que se quiere tratar.



ARROZ



Nombre científico:
Oryza Sativa
Familia:
Gramíneas

Planta anual originaria de Asia, propia de terrenos muy húmedos o anegadizos. Es una caña de tres o cuatro nudos, hojas largas, lineares, agudas y muy ásperas en los bordes. Flores blanquecinas en racimos terminales. El fruto es un grano oval, harinoso y, después de descascarillado, de color blanco, muy usado como alimento.

El cocimiento de arroz o agua de arroz es astringente y es muy recomendado para combatir diarreas. Es un remedio clásico para el tratamiento de diarrea infantil.

AGUA DE ARROZ

Arroz............ 4 cucharadas grandes.
Agua hirviendo... 1 litro.

Se agrega el arroz en el agua hirviendo, se deja al fuego durante 10 minutos, se retira y se deja en infusión durante una hora más, revolviendo tres o cuatro veces con una cuchara de madera. Se cuela con una muselina o un lienzo no muy grueso. Dosis: medio vaso cada dos horas.

Otra receta de la época de nuestras abuelas pero igualmente efectiva es la horchata de arroz.

HORCHATA DE ARROZ

Se toma medio kilo de arroz y se coloca en una cacerola, calentando a baño maría y revolviendo continuamente con una cuchara de madera. El fin de esta operación es secar el arroz para poder molerlo. Se tritura el arroz seco en un mortero y se tamiza hasta obtener un polvo homogéneo. Se le añade unos 150 gramos de azúcar en el mismo mortero y se revuelve.

A este polvo de arroz y azúcar se le agrega 600 c.c. de agua, se disuelve y se filtra a través de una muselina. Este líquido se calienta a baño maría, agregándosele 500 gramos de azúcar, 100 c.c. de agua de azahar y 5 gramos de goma tragacanto.

El jarabe resultante se guarda en frasco oscuro de tapa hermética. Es un jarabe recomendado para los niños, sobre todo en época de calor cuando son tan propensos a contraer diarreas. Dosis recomendada: cuatro cucharadas al día.

El polvo de arroz, cuya preparación ya se explicó para la horchata de arroz, puede aplicarse con los mismos efectos del talco, en la piel irritada por la orina de las criaturas.

ARTEMISA



Nombre científico:
Artemisia vulgaris
Familia:
Compuestas.
Otros nombres:
Artemisa silvestre, Hierba de San Juan.

La artemisa es conocida desde la antigüedad. Su nombre deriva de Artemisa o Diana la diosa de la caza. Planta perenne, de rizoma leñoso. Tallo anguloso ramificado en la extremidad. Las hojas, sin pecíolo, de color verde en el haz y blanquecinas en el envés. Flores amarillo verdosas y rojizo amarillentas. Puede alcanzar una altura superior a un metro y medio.

La artemisa es tónica estomacal, estimulante, anti espasmódica y emenagoga. Para estos casos se recomienda un té, preparados con hojas y tallos tiernos, a razón de 20 gramos en un litro de agua hirviendo, que se puede endulzar con miel o azúcar quemada. La dosis recomendada es de 3 o 4 tazas diarias. Esta infusión asimismo, suele ser efectiva en caso de colitis o vómitos nerviosos e histerismo.

El vino de artemisa posee propiedades antihelmínticas (vermífuga).

VINO DE ARTEMISA

Vino blanco......... 1000 c.c.
Artemisa............... 30 gr.

Se deja en maceración, por diez días, se cuela, se guarda en un frasco oscuro de tapa hermética, y se beben dos copitas por día, antes de las comidas principales.

Con efectos similares se puede utilizar la tintura de artemisa

TINTURA DE ARTEMISA

Alcohol de 60º...... 200 c.c.
Artemisa............... 40 gr.

Se bebe dos cucharaditas por día, antes de las comidas principales, disueltas en un vaso de agua tibia o en un vaso de vino.

Para uso externo, se recomienda para lavar heridas o úlceras para lo cual se prepara un cocimiento a razón de 40 gramos de artemisa por litro de agua.

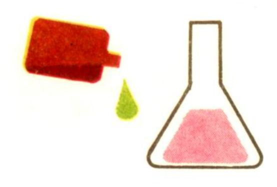
Como calmante para dolores reumáticos o musculares, se prepara una infusión alcohólica que se utiliza en friegas.

SOLUCION ALCOHOLICA DE ARTEMISA PARA USO EXTERNO

Alcohol de 90º.......... 1 litro.
Artemisa................ 100 gramos.

Se deja en maceración durante 15 días, se filtra, y se guarda en un frasco de tapa hermética. Se usa para friccionar las partes afectadas, y colocando luego un paño empapado en la misma solución.

ASAFETIDA



Nombre científico:
Ferula assa-foétida
Familia:
Umbelíferas
Otros nombres:
Estiércol del diablo.

Planta peremne, de unos dos metros de altura. Tallo recto, hojas de pecíolos envolventes, y lobuladas. Flores amarillas y fruto seco en cápsula estrellada.

De esta planta se extrae una goma o resina que se utiliza con fines medicinales. Una característica de esta goma es su olor intenso y desagradable que le ha valido el sobrenombre de stercus diaboli, estiércol del diablo, con el cual la bautizaron los alemanes.

Tiene propiedades antiespasmódicas, por la cual se la recomienda en casos de asma, cólicos nerviosos, hipocondría e histerismo. También se usa como emenagogo y vermífugo.



TINTURA DE ASAFETIDA

Alcohol de 80º......... 200 c.c.
Asafétida.................. 40 gr.

Una cucharadita disuelta en agua tibia endulzada con miel, dos veces al día, entre medio de las comidas principales.

Como muchas personas no soportan el olor fuerte de esta resina, se aconseja reducir a polvo 30 gramos de resina, amasarlo con miga de pan y tragarlo como una pastilla con unos sorbos de agua. Si se desea, se puede preparar una infusión a razón de 30 gramos por litro de agu , de la que se beben cuatro ta' s por día.

ASTA DEL DIABLO




Nombre científico:
Proboscidea Lutea

Abunda en las provincias de la Pampa húmeda y Litoral de nuestro país. Se utilizan las semillas como agregado en las cataplasmas de harina de Lino, recomendadas en enfermedades broncopulmonares: resfríos, pulmonías, bronquitis y congestiones. Se aconseja aplicar las cataplasmas dos o tres veces por día y tan caliente como sea posible soportarlo.

ATACO



Nombre científico.
Amarantus Muricantus
Otros nombres:
Yuyo colorado

Abunda en los plantíos de maíz. Son reconocidas sus virtudes como diurético, por lo tanto es recomendado en caso de afecciones renales como piedras o arenillas. Su uso y preparación es igual al té de barba de choclo. Es frecuente hacer té combinado de ambos.

ATAMISQUE



Nombre científico:
Atamisquea Emarginata

Esta planta abunda en la zona norte de nuestro país. Es muy usada en caso de disturbios gastrointestinales, como digestivo, y para evitar problemas de gases. Se toma en forma de té, que se prepara con un puñado de atamisque y un litro de agua. Dosis recomendada: tres tacitas diarias antes de las comidas.

AVENA



Nombre científico:
Avena Sativa
Familia:
Gramíneas

Su nombre deriva del latin aveo, yo deseo, pues es un pasto muy procurado por todos los animales. Planta anual de aproximadamente un metro de altura. Tallos nudosos, huecos y lisos. Las hojas son alternas, finas, y terminadas en punta. Flores en espiga curvadas en la extremidad con pequeñas ramificaciones.

La avena es un excelente alimento para niños, ancianos y convalescientes. Se consume generalmente bajo la forma de sopas, o papillas.

El cocido de avena es útil para combatir enfermedades pulmonares, afecciones del pecho, bronquitis, tos y catarros. A tal fin se hierven 200 gramos de avena en un litro de agua durante 15 minutos. Se toman dos o tres tazas calientes por día.

La harina de avena hervida con vinagre sirve para preparar cataplasmas, indicadas para afecciones reumáticas y en caso de catarro de pecho.

En caso de resfríos, se aconseja un baño de pies con agua en la cual ha sido hervida avena durante una hora. Por sus propiedades emolientes se puede agregar en los baños de inmersión un litro de agua en el cual se ha disuelto una cucharada o dos de harina de avena.

AZAHAR
(ver NARANJO)

AZOTA CABALLOS



Nombre científico:
Luhea Divaricata Márt
Familia:
Liliáceas
Otros nombres:
Sota Caballo, Azote de caballos, Francisco Alvarez

Este árbol crece en forma espontánea en las provincias de Entre Rios y Corrientes.

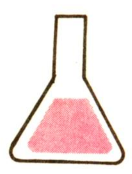
La corteza se utiliza en cocimientos como antidiarreico, febrífugo, digestivo y tónico hepático. La cantidad recomendada son 20 a 25 gramos por litro; dosis aconsejada: tres a cuatro tazas diarias. Para el mismo fin puede usarse la tintura de Azota Caballos.

TINTURA DE AZOTA CABALLOS

Alcohol de 60º............ 200 cc.
Azota caballos............. 40 gr.

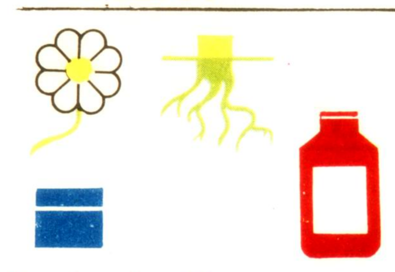
Se bebe una cucharadita diluída en agua tibia, jugo o infusión de su preferencia, tres o cuatro veces por día.

Para uso externo se utiliza como astringente y sicatrizante en lavajes y fomentos tibios, en llagas, forúnculos, granos, heridas infectadas. En este caso el cocimiento se prepara a razón de 40 gramos de corteza por litro de agua.





AZUCENA



Nombre científico:
Lilium Candidum
Familia:
Liliáceas

Planta peremne, con un bulbo de escamas blanquecinas de que nacen varias hojas largas, estrechas y lustrosas. Tallo alto y flores blancas, terminales, grandes y muy perfumadas.

Se aprovechan con fines medicinales los bulbos y las flores. Los bulbos tienen propiedades emolientes, es decir ablandadores de callos y durezas de la piel. A tal fin, se cocinan los bulbos en agua, leche o vino. Se aplican, machacados, durante la noche sobre el callo para ablandarlo.

El agua de azucena es recomendable para limpieza de cutis.

La flor de azucena preparada en forma de aceite o de pomada, es un calmante en caso de hematomas, contusiones o quemaduras.

ACEITE DE AZUCENA

Se llena una botella de un litro con flores de azucena. Se vierte encima de las flores aceite de oliva o de almendra. Se tapa y deja durante un mes en un lugar asoleado.

Este aceite también es recomendable en dolores de oído y para las grietas de los pechos.

En el primer caso (dolor de oído), se echan tres veces por día algunas gotas tibias. En los otros casos, se utiliza para hacer friegas.

POMADA DE AZUCENA

Flores de Azucena.... 100 a 200 gr.
Grasa sin sal.............. 200 gr.
Cera de Abejas.......... 20 gr.

Se derrite la grasa y cera de abejas a baño maría en un recipiente apropiado. Se le agregan las flores de azucena y se revuelve formando una mezcla homogénea (si fuera necesario, se agrega más grasa y cera, o por el contrario, más flores de azucena). Se mantiene esta mezcla a baño maría durante seis horas. Se cuela en caliente, se deja enfriar y se guarda en potes herméticos. Se utiliza en caso de dolores musculares, hematomas o contusiones para hacer friegas.

AZUFAIFO



Nombre científico:
Zyzyphus vulgaris
Familia:
Ramnáceas

Arból de 5 a 6 metros de altura, con tronco tortuoso y ramas ondeadas inclinadas hacia el suelo. Hojas festoneadas y lustrosas de unos tres centímetros de largo y lampiñas. Flores pequeñas, reunidas en grupos de 3 a seis sobre un pedúnculo común y de color amarillo. El fruto es del tamaño de una aceituna, de color rojizo cuando maduró.

Los frutos de azufaifo son utilizados en caso de enfermedades broncopulmonares, catarros, tos, resfríos, etc. y en caso de irritaciones intestinales o como diurético. Se emplean en forma de cocimiento a razón de 30 a 60 gramos por litro de agua. Se hierven durante 15 minutos, y se cuela antes que se enfríe. Hay que tener la precaución de retirar los carozos de los frutos antes de la preparación. Dosis: tres o más tacitas por día endulzadas con miel o azúcar quemada.

También se puede preparar una pasta de azufaifo.

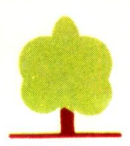
PASTA DE AZUFAIFO

Se desuelven 600 gr. de goma arábiga en un litro de agua. Se prepara el siguiente cocimiento: azufaifo sin carozo y machacado, 100 gramos; agua, un litro.

Se hace hervir por 15 minutos y se le añade 500 gr. de azúcar. Cuando el azúcar se ha disuelto, se retira del fuego y se le agrega la solución de goma arábiga ya preparada. Se vuelve a llevar el líquido a ebullición. Se cuela caliente a través de una muselina y se le vuelve a dar un golpe de hervor. Se guarda en un recipiente de boca ancha y se deja enfriar. Modo de uso: se disuelven dos cucharadas de esta pasta en una taza de agua tibia y se bebe después de las comidas.



AZULEJO



Nombre científico:
Centaurea Cyanus
Familia:
Compuestas
Otros nombres:
Flor de viuda, Anciano, Aciano.

Hierba anual de tallo erguido y ramoso que alcanza hasta un metro de altura. Hojas blandas y dispuestas en rosata. Flores reunidas en cabezuelas formadas por flores periféricas de un color azul celeste y flores internas de color púrpura.

Esta planta suele coexistir con el trigo, dando un toque de color con sus hermosas flores azules. Su abundancia llega a ser perjudicial para el cultivo.

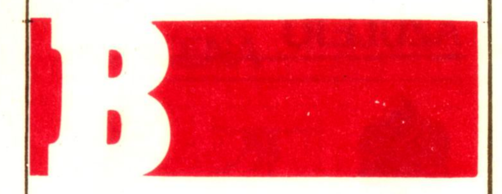
Las hojas y flores se usan con fines medicinales. Tiene propiedades diuréticas, levemente laxante y oftálmica.

Como purgante se aconseja un cocimiento de 2 gramos de semilla en medio litro de agua. Dosis una taza bien caliente antes de acostarse.

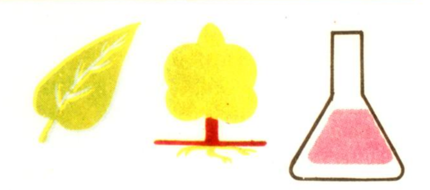
La infusión de azulejo (toda la planta), preparada a razón de un manejo por litro de agua destilada, es indicada para fomentos oftálmicos en casos de conjuntivitis y blefaritis. Se aplican algodones embebidos en el té varias veces por día. Si se desea se pueden hacer lavajes oculares con esta infusión.

En caso de heridas o lastimaduras en la boca se aconseja buches de agua de azulejo.





BAILA BIEN



Nombre científico:
Calycera Sinuata Miers
Familia:
Caliceráceas
Otros nombres:
Baila buena, Bailahuen

Esta planta crece en las regiones precordilleranas y cordilleranas de la zona centro y norte de nuestro país. Tiene tallo lampiño, leñoso, a veces pegajoso por una resina que exuda. Las hojas son ovaladas o cuneiformes y coriáceas. Las hojas tienen propiedades estomacales, digestivas y son usadas como reconstituyente sexual. Se usan bajo la forma de infusión a razón de 20 gramos de hoja (o toda la planta, si es tierna) en un litro de agua. La dosis recomendada son tres tazas al día, la primera en ayunas y las otras después de alguna comida.

Para uso externo se prepara un cocimiento de 30 gramos de la planta por litro de agua, se usa para lavar heridas y lastimaduras y hemorroides irritadas.



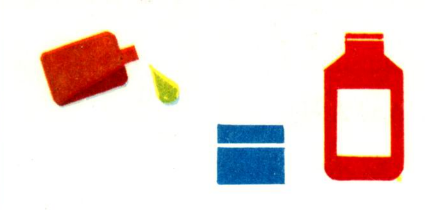
TINTURA DE BAILA BIEN

Alcohol de 70º....... 200 c.c.
Baila bien................ 40 gr.

Se toma 1 cucharadita disuelta en agua tibia, o la infusión de su agrado, y se repite la dosis dos o tres veces por día. La tintura tiene las mismas propiedades que la infusión.

BALZAMO DE PERU
(ver QUINA-QUINA)

BALSAMO DE TOLU



Nombre científico:
Toluifera Balsamo
Familia:
Papilionáceas

Arbol alto de corteza rugosa, morena gruesa y perfumada. Se emplea el jugo que mana de cortes hechos en la corteza. Se lo conoce en las droguerías como Bálsamo de Tolú.

Tiene propiedades espectorantes y, por eso, es usado en caso de afecciones broncopulmonares es demás diaforético y cicatrizante (vulnerario).

Para uso externo se recomienda su uso bajo la forma de jarabe.

JARABE DE BALSAMO DE TOLU

Agua.................... 500 c.c.
Glicerina de 31º... 75 gr.
Bálsamo de Tolú... 75 gr.

Se mantiene esta mezcla 12 horas a baño maría en un recipiente tapado. Se deja reposar durante dos días en lugar fresco. Se rompe la costra sólida que recubre el líquido y se filtra. Esta es el agua de Tolu. Para obtener el uarabe, se le agregan cucharadas de azúcar de a poco, revolviendo continuamente. Cuando el líquido se satura y es imposible disolver más azúcar, el jarabe estará listo. Este jarabe se toma por cucharadas, mezcladas en agua o la infusión de su agrado. Dosis recomendada: 2 a 3 cucharadas diarias.

Para uso externo se aconseja friegas con tintura de Tolu.

TINTURA DE TOLU

Bálsamo de Tolu....... 50 gr.
Alcohol de 90º......... 200 c.c.

Se deja en maceración por un mes y luego se filtra. Se usa como vulnerario en caso de llagas, lastimaduras, grietas en la piel, etc.

BARBA DE CHOCLO



Nombre científico:
Zea Mais L.
Familia:
Gramíneas
Otros nombres:
Barba de choclo, Pelo de choclo

El estigma de maíz o barba de choclo tiene reconocidas propiedades como diurético y ayuda a disolver pequeños cálculos (litóntrico). Es además un calmante en inflamaciones de vejiga y uretra. También se utiliza en afecciones reumáticas y hepáticas.

Se usa en infusión a razón de 20 a 30 gramos por litro de agua. También puede ser consumida en forma de tintura.

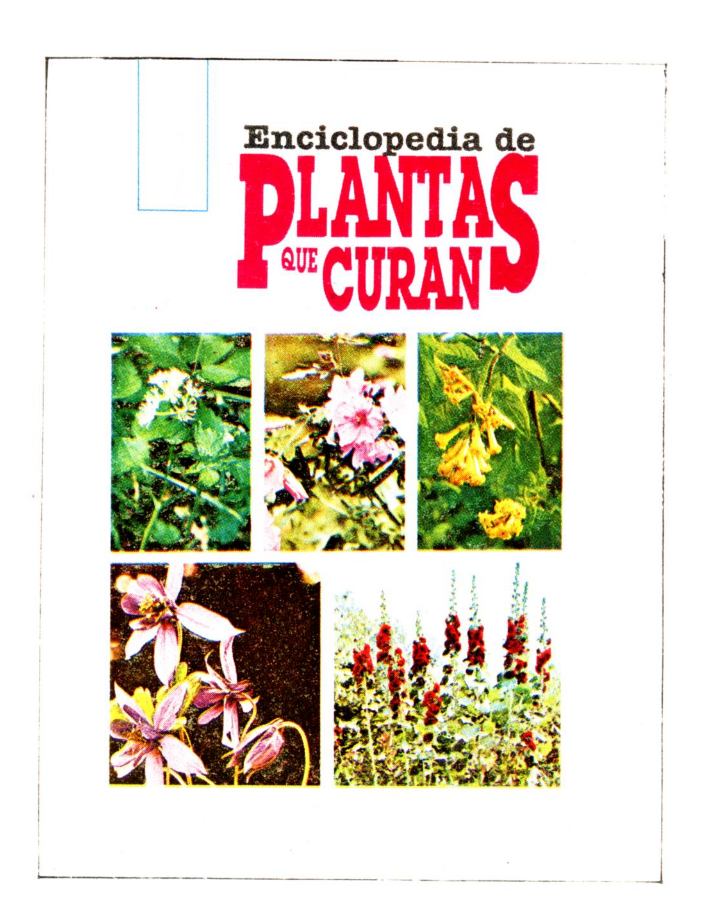
TINTURA DE BARBA DE CHOCLO

Alcohol de 60º.......... 200 c.c.
Barba de choclo......... 50 gr.

Dosis: una cucharada disuelta en agua tibia o en la infusión de su agrado, tres o cuatro veces al día.



NUESTRO PROXIMO NUMERO



BARDANA - BELEÑO - BELLADONA - BENJUI - BERENJENAS - BERGAMOTA - BERRO - BETONICA - BOLDO - BOLSA DE PASTOR - BORRAJA - BRUSCA - BURUCUYA HEDIONDO - CAABO-TORY - CACHIYUYO - CACTUS - CAFE - CAINCA - CALAFATE - CALAGUALA - CAMARA - CAMBARI - CAMPANILLA - CANELA - CAÑA COMUN - CAÑA DE AZUCAR

2

Enciclopedia de PLANTAS QUE CURAN

